



अक्षाषि प्रसाद

वर्ष : ६

अंक : ३६

दिसम्बर १९९५

४.५०

‘ऋषि प्रसाद’

ऋ

ऋषियों के प्रसाद का, मोल न कोई तोल ।
छलका दरिया आनंद का, वचन बड़े अनमोल ॥

षि

शिव स्वरूप मेरे सद्गुरु, कोटि कोटि प्रणाम ।
भक्ति ज्ञान और ध्यान का, देते सबको दान ॥

प्र

प्रभु प्रेम की प्यास हो, दिल में गुरु का ध्यान ।
मन रंगा हरिनाम से, पाया सहज ज्ञान ॥

सा

साहिब सबमें रम रहा, नूरे नज़र से जान ।
अंतर के पट खोल ज़रा, अपने को पहिचान ॥

द

दया, धर्म, उपासना चौथा साधू संग ।
पी ले दिल की प्याली से हरिनाम की भंग ॥

— श्रीमती जानकी ए. चंदनानी ‘साक्षी’
अहमदाबाद

ऋषि प्रसाद

वर्ष : ६

अंक : ३६

९ दिसम्बर १९९५

सम्पादक : के. आर. पटेल

मूल्य : रु. ४-५०

सदस्यता शुल्क

भारत, नेपाल व भूटान में

वार्षिक : द्विमासिक संस्करण हेतु : रु. 30/-

मासिक संस्करण हेतु : रु. 50/-

आजीवन : द्विमासिक संस्करण हेतु : रु. 300/-

मासिक संस्करण हेतु : रु. 500/-

विदेशों में

वार्षिक : द्विमासिक संस्करण हेतु : US \$ 18

मासिक संस्करण हेतु : US \$ 30

आजीवन : द्विमासिक संस्करण हेतु : US \$ 180

मासिक संस्करण हेतु : US \$ 300

कार्यालय

‘ऋषि प्रसाद’

श्री योग वेदान्त सेवा समिति

संत श्री आसारामजी आश्रम

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५

फोन : (०७९) ७४८६३१०, ७४८६७०२.

प्रकाशक और मुद्रक : के. आर. पटेल

श्री योग वेदान्त सेवा समिति,

संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा,

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५ ने

उमा ऑफसेट, शाहीबाग एवं भार्गवी प्रिन्टर्स, राणीप,

अहमदाबाद में छपाकर प्रकाशित किया।

Subject to Ahmedabad Jurisdiction.



हे मेरे अन्तर्यामी ! अब मेरी ओर जरा कृपादृष्टि करो...। बरसती हुई आपकी अमृतवर्षा में मैं भी पूरा भीग जाऊँ...। मेरा मन-मयूर अब एक आत्मदेव के सिवाय किसीके प्रति टहूँकार न करे।

हे प्रभु ! हमें विकारों से, मोह-ममता से, साथियों से बचाओ... अपने आप में जगाओ।

प्रस्तुत है...

१. परमहंसों का प्रसाद
मंगलमय दृष्टि २
२. आंतर आलोक
श्रद्धा में उतार-चढ़ाव ४
३. साधना प्रकाश
आत्मलाभ की ओर ७
४. सत्संग सिन्धु
प्रेम का महत्त्व ११
५. गीता-अमृत १३
६. संत महिमा १५
७. 'परिप्रश्नेन...' १७
८. शरीर स्वास्थ्य
हेमंत और शिशिर की ऋतुचर्या २०
स्वास्थ्य प्रश्नोत्तरी २१
९. आपके पत्र २२
१०. संस्था समाचार २३

‘ऋषि प्रसाद’ के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्रव्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक एवं स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें।

ऋषि प्रसाद

ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ

नाह द्वारा अंतःकरण पर होती शुभ असर का अनुभव करता है और उत्सव की समाप्ति के पश्चात् अपने अंतःकरण की ग्रहण एवं धारण शक्ति के विकसित होने का अनुभव करता है। इन्हीं कारणों से हिन्दू धर्म में आनेवाले पर्व तथा उत्सव मनुष्य के मानस में आनंद, उत्साह एवं प्रसन्नता की वृद्धि करते हैं तथा आत्मोन्नति करने में मदद करते हैं।

प्रश्न : महाभारत में प्रमाद को ही मृत्यु क्यों कहा गया है ?

उत्तर : प्रमाद ही मनुष्य को अपने कल्याणस्वरूप की विस्मृति करवाकर बारम्बार जन्म-मृत्यु के चक्कर में भटकाता रहता है एवं अनेक प्रकार के दुःखों का अनुभव करवाता है । जहाँ प्रमादरूपी दुर्गुण है वहाँ ज्ञान, भक्ति एवं योग की प्राप्ति नहीं होती । प्रमाद मनुष्य का बहुत-सा समय निरर्थक बना देता है । इसी कारण से प्रमाद को मृत्यु कहा गया है । विवेकी साधक-साधिकाओं को अपने व्यवहार के किसी भी छोटे-बड़े काम में प्रमाद नहीं करना चाहिए किन्तु उत्साह एवं प्रसन्नता से कार्य करना चाहिए । आत्मज्ञान, आत्मानुभव में कतई प्रमाद न करें ।

“इसी प्रकार तू जो जगह-जगह जाकर गैर जिम्मेदार बातें करता है, वे भी वापस नहीं आ सकती। वे भी इधर-उधर उड़ जाती हैं। उससे तुझे कुछ मिलता नहीं बल्कि तेरी जीवनशक्ति का ही हास होता है और सुननेवालों की भी तबाही होती है।”

संत तुलसीदासजी ने कितना स्पष्ट लिखा है !

हरि गुरु निन्दा सुनहिं जे काना

होहिं पाप गौ घात समाना ।

हरि गुरु निन्दक दादुर होई

जन्म सहस्र पाव तन सोई ॥

यदि निन्दा में रुचि लेनेवाला व्यक्ति इतना समझ जाए कि निन्दा क्या है तो कितना अच्छा हो ! किन्तु यदि वह इसे समझना ही न चाहे तो क्या किया जा सकता है ?

एक सज्जन ने कहा : “सत्य की तुलना में असत्य बिल्कुल निर्बल होता है । फिर भी वह इतनी जल्दी क्यों फैल जाता है ?”

“इसका कारण यह है कि सत्य जब तक अपना जूता पहनता है, तब तक असत्य सारी पृथ्वी का चक्कर लगा आता है।”

सत्य में अस्पष्ट जैसा कुछ होता ही नहीं । इसमें तो सब कुछ स्पष्ट ही होता है । अस्पष्ट वाणी बोलनेवाला स्वयं ही अस्पष्ट बन जाता है । उसके मन पर जो कुहरा छाया रहता है, उसका धुँधलापन वह दूसरों के मन पर भी पोत देता है । उसमें मूल सत्य तो तटस्थ ही रहता है । असत्य अपने हजारों रंग दिखाता रहता है ।

स्वामी दयानन्द जिस प्रकार जीर्ण-शीर्ण परम्पराओं और स्थापित हितों का विरोध करते थे उसे देखकर अनेक दक्कियानूसों को मन में चुभन होती थी। उन लोगों ने दयानन्दजी की तेजस्विता घटाने के लिए तरह-तरह के प्रयत्न किए। इसी प्रकार के एक बेवकूफी भरे प्रयास में उनको जहर देकर मार डाला गया।

स्वामीजी के बारे में स्वामी श्रद्धानन्द ने कहा :

“जो अधकचरे व्यक्ति चरित्रभ्रष्ट थे, वे भला इस शुद्ध सोने को कैसे पहचान सकते ? जिसमें सार-असार को पहचानने की शक्ति नहीं, वे चरित्र कहाँ से गढ़ सकते हैं ? ऐसे सत्त्व को पहचानने के लिए भी तो अपने में सत्त्व होना चाहिए।”

प्रभु ! परम प्रकाश की
ओर ले चल...

हजरत मुहम्मद को एक बार ऐसा पता लगा कि उनके पास आनेवाले एक व्यक्ति को निन्दा करने की बड़ी आदत है । उन्होंने उस व्यक्ति को अपने पास बुलाकर नरम पँखों से बनाए गए एक तकिए को देते हुए कहा कि ये पँख तुम घर-घर में फेंक आओ । उस व्यक्ति को कुछ पता न चला कि यह सब क्या हो रहा है । वह बड़े उत्साह से चल पड़ा । उसने प्रत्येक घर में एक-एक पँख रखते हुए किसी न किसी की निन्दा भी की ।

दूसरे दिन शाम को पैगम्बर ने उसे पास बुलाकर कहा : "अब तू पुनः जा और सारे पैंखों को वापस ले आ ।"

“यह अब कैसे हो सकेगा ? सांरे पँख न जाने कहाँ उड़कर चले गए होंगे ?”

अपश्य : इस ऋतु में अत्यधिक ठंड सहना, ठंडा पानी, ठंडी हवा, भूख सहना, उपवास करना, रुख, कड़वे, कसैले, ठंडे एवं बासी पदार्थों का सेवन, दिवस की निद्रा, पित्त को काम, क्रोध, ईर्ष्या, द्वेष से व्याकुल रखना हानिकारक है ।

प्रश्न : मुझे जिस दिन कड़ा मल होता है उस दिन खून आता है एवं जलन होती है । मस्से नहीं हैं । इलाज बतायें ।

उत्तर : आपको गुदविदार की तकलीफ होगी । आप जात्यादि तेल या मलहम को शौच जाने के बाद अंगुली से गुदा पर लगायें । ७ दिन में ही ठीक हो जायेगा । साथ में पाचन ठीक से हो ऐसा ही आहार लें । छोटी हरड़ चबाकर खायें ।

प्रश्न : मेरी भतीजी के मुँह से हमेशा लार निकलती रहती है जिससे वह जल्दी-जल्दी बोल नहीं पाती है। कृपया औषधि बताने का कष्ट करें।

- प्रीति पाण्डेय, कानपुर (उ.प्र.)

उत्तर : कफ की अधिकता एवं पेट में कीड़े होने की वजह से मुँह से लार निकलती है। इसलिए दूध, दही, मीठी चीजें, केले, चीकू, आइसक्रीम, चॉकलेट आदि न खिलायें। अदरक एवं तुलसी का रस पिलायें। वायविडंग का चूर्ण, कुबेराक्ष चूर्ण दें। पपीते के बीज के साथ 'संतकृपा चूर्ण' खिलायें।

प्रश्न : मैं डयूओडिनल अल्सर (पेट की) बीमारी से पिछले ६-७ साल से पीड़ित हूँ। कई इलाज करवाये, पेट का ऑपरेशन भी करवाया किन्तु कोई लाभ नहीं हुआ। कृपया उचित इलाज बतायें।

उत्तर : एक माह तक केवल बकरी का दूध ही पियें । ताजा धारोष्ण दूध पी सकें तो बहुत अच्छा है । फिर भी न हो सके तो दूध गर्म करते समय उसमें दो चम्मच मुलहठी का चूर्ण एवं एक गिलास पानी डालें । पूरा पानी जल जाये तब तक उबालें । ऐसा दूध तीन बार पियें । प्रातःकाल १ चम्मच हरड़े का चूर्ण एवं सायंकाल १ चम्मच त्रिफला चूर्ण गर्म पानी के साथ लें ।

एक माह के बाद दूध-चावल की खीर खायें एवं शुद्ध घी का सेवन करें । डेढ़ माह बाद दूध-रोटी खायें । ३ माह बाद नमक-मिर्च बिना की सब्जी खायें एवं साढ़े तीन माह बाद सामान्य आहार लें ।

प्रश्न : मेरी माताजी की उम्र लगभग ४५ वर्ष

प्रश्न : मैं बहुत मोटा हो गया हूँ। कृपया उपाय बताईए।

- रामकिशोर, नागोर (राज.)

उत्तर : एक गिलास कुनकुने पानी में आधे नींबू का रस, दस बूँद अदरक का रस एवं दस ग्राम शहद मिलाकर रोज सुबह नियमित रूप से पीने से मोटापे का नियंत्रण करना सहज हो जाता है ।

प्रश्न : मेरी बहन एवं जीजाजी को पथरी एवं सिर में दर्द है । कृपया इलाज बतायें ।

- कौशल किराना स्टोर, शहडोल (म.प्र.)

उत्तर : 'स्वास्थ्य सम्राट' एवं 'योगासन' में पथरी का इलाज दिया गया है ।

इसके अलावा दूसरा उपाय है : पानफूटी का रस, जौ का पानी, सहजने की छाल का काढ़ा, सहजने की फली का सूप पियें। पानी उबालकर ठंडा करके पियें।

प्रश्न : मेरे दाँत क्षत-विक्षत अवस्था में हैं। डेन्टल सर्जन के पास तीन बार सफाई भी करवाई। मसूढ़े कटकर नाजुक व इतने सेन्सेटिव हो गये हैं कि हर समय मीठा दर्द रहता है और बोलने में दिक्कत होती है।
- भैरव सेलावट, आमेट (राज.)

- भैरव सेलावट, आमेट (राज.)

उत्तर : तिल के तेल से हाथ की उँगली से दिन में तीन बार दाँतों एवं मसूढ़ों की मसाज (मालिश) करें। ७ दिन बाद बड़ की दातों को चबाकर मुलायम बनने पर घिसें। तिल के तेल का कुल्ला मुँह में भरकर जितनी देर रख सकें उतनी देर रखें। मुँह आँतों का आयना है अतः पेट की सफाई के लिए छोटी हरड़

जीवन संरक्षण

(१) जब आप मुश्किलियों एवं मुसीबतों में आ जाओ तब गुरु की कृपा के लिए प्रार्थना करो। अपने सच्चे हृदय से बार-बार प्रार्थना करो। सब सरल बन जाएगा।

(२) ब्रह्मनिष्ठ गुरु के चरणकमलों के सान्निध्य में जाने के लिए कला, विज्ञान या विद्वत्ता कुछ भी आवश्यक नहीं है। आवश्यक है केवल उनके प्रति प्रेम और भक्ति से पूर्ण हृदय, जो फल की अपेक्षा से रहित, केवल उनमें ही निरत रहने के संकल्पवाला होना चाहिए... केवल उनके ही कार्य में लगा हुआ, केवल उनके ही प्रेम में मग्न रहनेवाला होना चाहिए।

(३) आपके हृदय रूपी उद्यान में निष्ठा, सादगी, शान्ति, सहानुभूति, आत्मसंयम और आत्मत्याग जैसे पुष्प सुविकसित करो और वे पुष्प अपने गुरु को अर्घ्य के रूप में अर्पण करो।

(४) ब्रह्मनिष्ठ गुरु की कृपा से प्राप्त न हो सके ऐसा तीनों लोकों में कुछ भी नहीं है। सद्गुरुकृपा से सब कुछ प्राप्त हो सकता है।

(५) संसार या सांसारिक प्रक्रिया के मूल में मन है। बन्धन और मुक्ति, सुख और दुःख का कारण मन है। इस मन को गुरुभक्तियोग के अभ्यास से ही नियंत्रित किया जा सकता है।

(६) सद्गुरु के दिव्य कार्य के वास्ते आत्मसमर्पण करना अथवा तन, मन, धन अर्पण करना चाहिए। सद्गुरु की कल्याणकारी कृपा प्राप्त करने के लिए उनके पवित्र चरणों का ध्यान करना चाहिए। गुरु के पवित्र उपदेश को सुनकर निष्ठापूर्वक उसके मुताबिक चलना चाहिए।

(७) गुरुभक्तियोग का अभ्यास सांसारिक पदार्थों के प्रति वैराग्य और अनासक्ति पैदा करता है और अमरता प्रदान करता है।

(८) सद्गुरु के जीवनप्रदायक चरणों में भक्ति महापापी का भी उद्धार कर देती है, परम कल्याण कर देती है।

(९) साधुत्व और संन्यास से, अन्य योगों से एवं दान से, मंगल कार्य करने आदि से जो कुछ भी प्राप्त होता है वह सब गुरुभक्तियोग के अभ्यास से शीघ्र प्राप्त होता है।

(१०) गुरुभक्तियोग शुद्ध विज्ञान है। वह निम्न प्रकृति को वश में लाने की एवं परम आनन्द प्राप्त करने की रीति सिखाता है।

(११) गुरुदेव की कल्याणकारी कृपा प्राप्त करने के लिए आपके अन्तःकरण की गहराई से उनको प्रार्थना करो। ऐसी प्रार्थना चमत्कार कर सकती है।



• पंचेड़ समिति द्वारा निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर।



• बारडोली (गुज.) समिति द्वारा पूज्यश्री के आत्म-साक्षात्कार दिन को क्षेत्रीय आदिवासी ग्रामों में अनाज वितरण कार्यक्रम।



• जावदा (महा.) में संकीर्तन यात्रा... एवं बाद में प्रसाद ग्रहण करते भक्तजन।



• धरमपुर समिति (गुज.) द्वारा आयोजित विशाल संकीर्तन यात्रा।



• श्री आसारामायण शांतिपाठ की पूर्णाहुति मुलुन्द (बम्बई) समिति द्वारा।



• हिम्मतनगर में निकाली गई विशाल संकीर्तन यात्रा।



• चित्तौड़ (राज.) में संकीर्तन यात्रा।